

Median terveyskuva ja yksilönkehityksen potentiaali

VIENNA SETÄLÄ-PYNNÖNEN

Tarkastelen tässä puheenvuorossa suomalaisen tiede- ja terveysjournalismin kehityksessä vähälle huomiolle jäänyttä keskivaikeaa ympäristöongelmaa: suhdetta itseemme ja mahdollisuuteemme kehittyä. Maailman ympäristöongelmat tuskin ratkeavat lisäämällä yksin luonnontieteellistä tietämystä. Se, miten planeettamme hyväosaisen vähemmistön hyväosainen enemmistö kykenee empatiaan, rakkauteen ja yhteyteen lähimpiensä kanssa, viitoittaa lahjomattomasti perässähiitäjien ja äänettömien tietä. Voisi kuvitella, että tiede on tässä kontekstissa vähän niin kuin toissijainen juttu. Silti me suomalaiset uskomme vakaasti tieteen kykyyn ratkaista ympäristöön, terveyteen, turvallisuuteen ja hyvinvointiin liittyviä ongelmia.

Tiede ja teknologia ovat olleet meillä konsensusäyviisiä pienen piirin ohjaamia läpihuutojuttuja ja herättäneet verraten niukasti yhteiskunnallista keskustelua verrattuna muihin Länsi-Euroopan maihin. Huolimatta internetin aseman vahvistumisesta perinteiset joukkotiedotusvälineet – tv, sanomalehdet ja radio – ovat pitäneet paikkansa suomalaisten tärkeimpinä tiedettä koskevan tiedon lähteinä. Suomalaiset luottavat median tarjoamaan tietoon terveydestä. Tiedesisältöjen toivotaan edelleen lisääntyvän mediassa.

Tieteeseen nojaava terveysviestintä ei ole koskaan pelkästään tieteellinen vaan myös – ja ennen kaikkea – yhteiskunnallinen asia. Koska kaikkea tietoa ja tutkimusnäkökulmia ei ole mahdollista julkaista, tieteeseen nojaava puhe terveydestä käsittää aina valintoja arvoista ja asenteista, joi-

den kautta ihmisen hyvän uskotaan parhaiten toteutuvan. Mielikuva tieteestä nauttii arvoa suomalaisten asioista päättävien keskuudessa. Harvalla on kuitenkin aikaa tai resursseja arvioida tieteeseen vetoavan mediapuheen totuusväitteitä terveydestä. Vaikka puhumme sujuvasti geeneistä ja allergeeneistä, ymmärrämme ihmiselosta edelleen tasan yhtä paljon kuin sivistyksemme laajuus ja syvyys suovat. Tiedejournalismin tapa puhua ihmisestä muokkaa keskiluokan itseymmärryksen ohella poliittisia strategioita ja taloudellisten eliittien käsitystä yksilöstä. Ei siis ole samantekevää, mistä mediassa puhutaan, kun puhutaan tieteestä ja terveydestä.

Terveys sosiologia ja tiedeviestintä lähestyvät tutkimuskohdetta usein sairaus tai tiedon puute edellä. Koska terveys ja tiedetietoisuus ovat arvoina ja elämäntyylin normeina melko voimakkaita, yhteiskuntaa kannattaa lähestyä myös hyvä tiedetietämys ja hyvä terveys edellä. Yhteiskunnassa selviämistä edistävien resurssien haltijat ovat samastumiskohteita näitä resursseja tavoitteleville tai ponnistellen hallussaan pitäville. Tutkimalla näkyvän vajavaisuuden sijaan yhteiskunnassa pärjäävien asenteita voidaan saavuttaa tietoa ja ymmärrystä mekanismeista, jotka ylläpitävät eriarvoisuutta ja vallitsevia kansanterveysongelmia. Relevantteja ovat muun muassa kysymykset siitä, mitä kaikkea terveyden ja pelkän datan nimissä tarkkaan ottaen oikeutetaan. Onko kyselemätön tiedeluottamus tai terveeksi mielletyn elämäntyylin tavoittelu kaikissa muodoissaan hyväksi suomalaisten kansanterveydelle?

Keskiluokan mediajulkisuus on antoisa tutkimuskohde. Asiasisällön ohella siinä tiivistyy lausumaton eettinen imperatiivi siitä, miten meidän tulisi kohdella itseämme ja toisiamme. Ihmislajin sosiaalisuus ilmenee taipumuksena haluta elää yh-

Kirjoitus pohjautuu väitöskirjaani "Tiedejournalismi inhimillisen epävarmuuden palveluksessa. Tutkimus suomalaisen joukkoviestinnän tiedepuheesta, terveyskäsitteestä ja ihmiskuvasta.", joka tarkastettiin Helsingin yliopistossa 24.1.2015.

dessä muiden kanssa, ryhmän jäsenenä. Epävarman mielessä ”elää ihmisiksi” muuttuu helposti synonyymiksi tavoitteiden ”elää oikein” tai ”elää kuten naapuri” kanssa. Viitataan liberaaleissa markkinademokratioissa tapahtuneeseen yhteiskunnalliseen eriarvoistumiseen, joka on lisännyt ihmisten välistä vertailua ja aiheuttanut kielteisiä hyvinvointivaikutuksia. Suomalaisten keskimääräiset käsitykset relevanteista viiteryhmistään ovat muuttuneet viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana. Paljonkaan kärjistämättä voidaan todeta, että julkisuuden henkilöt ja muut kevyiden sidosten vertaisyhteisöt ovat korvanneet sukulaiset ja kotikylän asukkaat. Viestinnän teknologisoitumisen seurauksena tietomme muista ihmisistä ovat usein median välittämiä ja irrallaan paikallisesta elämismailmasta. Lisääntynyt vertailumme tapahtuu yhä enemmän suhteessa kuvitteellisiin viiteryhiin, kuten median esittämiin henkilöihin. Kuinka terveyttä käsittelevä tiedejournalismi sitten asemoi meitä suhteessa tieteeseen? Entä mitä samainen journalismi kertoo siitä, kuinka meidän tulisi suhtautua inhimilliseen vajavaisuuteen?

Terveyden edistämistä ajatellen tieteeseen nojaavan terveysjournalismin ihmiskuva on turhan välineellinen. Lukijaa ei aina puhutella itseisarvoisena yksilönä vaan työntekijänä, jonka hyvä on suorituskyvyn maksimointi. Terveysjournalismin valtavirran terveyskäsitys on somaattinen. Tämä tarkoittaa, että fysiologinen kehonäkökulma korostuu sosiaalisen ja psyykkisen huomioivan terveyden kustannuksella. Kompleksisia ilmiöitä, kuten lihavuutta ja pitkäkestoisia elintapamuutoksia, kuvataan pinnallisten mekanismien, kuten ravitsemuksen ja tahtomisen, kautta. Median terveyspuheessa psyyken kausaalinen voima jää ymmärrystä vaille. Ihminen tulee pirteämmäksi karpattuaan tai harrastettuaan liikuntaa. Yksilön toimintakyvyn kannalta olisi hyvä tematisoida vastakkaista suysuhdetta – ”tyytyväinen ihminen käy lenkillä”.

Tämän päivän terveysjournalismi kannustaa yksilöä vastuuseen ja osallistumiseen. Yksilön vapaus ja vastuu ovat arvokkaita ja hyviä lähtökoh-
tia. Ongelmana on vallitsevan terveyspuheen tavoitteiden ja keinojen välillä vallitseva yhteensopimattomuus. On kovin tyypillistä, että tieteellä tuettu journalismi kehottaa terveyttä tavoittelevaa lukijaa suojautumaan epävarmuudelta ja heikkoudelta sijoittamalla nämä jokaisen elämään kuuluvat asiat sipsejä syövien työttömien ja kaukomaiden kansalaisten onnettomuuksiksi. Miksi ihmeessä tieteeseen nojaava kaupallinen journalis-

mi asemoi keskiluokkaista lukijaa voimaharjoitteleluun ja etuhampaiden estetiikkaan sen sijaan, että antaisi eväitä elämän rosoisuuden ja epätäydellisyyden sietämiseen itsessä ja toisissa?

Jos ravitsemukseen ja liikuntaan keskittyvä terveyspuhe nostaisi esille perusluottamuksen, emotionaalisen hyvinvoinnin ja toisen ihmisen roolin terveyden perustana, se antaisi paremmat eväät psyykkisen hyvinvoinnin ja koetun toimintakyvyn kasvun myötä tapahtuvaan yksilötason vastuun ottoon ja pitkäkestoiisiin elintapamuutoksiin. Terveyspuhetta tuleekin kehittää lähdekäytäntöjen ja arvopohjan tarkistamisen kautta. Suomalaisen terveysjulkisuuden keskiössä on ajatuspolkujen ja lähdekäytäntöjen tyhjiö. Tyhjiö rajautuu yhtäältä molekyyli lääketieteen ja genetiikan, toisaalta kulttuurintutkimuksen ja elämänpoliittisen puheen väliin. Toisin sanoen: ihmisen hyvinvointia käsittelevää julkista diskurssia leimaa mustavalkoinen ajattelu ”geenit vs. yksilölliset valinnat”. Tämä laajalle levinnyt puhetapa implikoi, että biologisen syntymän ja aikuisiän harrastusten välillä ei sijaitse mitään yksilön elämänkulun kannalta relevanttia. Yhteiskunta, joka sietää huonosti epävarmuutta ja mennä vihmoa eksaktin totuuden perässä, sysää kysymykset ihmisen hyvästä helposti niiden niskoille, jotka tarjoavat menestystä ja teknologista tietoa lähtöoletuksista välittämättä. Miten ihmistä pitäisi kohdella, jotta hänestä kasvaisi työhön ja rakkauteen kykenevä kehittyneen liberaalidemokratian jäsen, on kysymys, joka tulee esittää myös muille kuin neurologeille ja tv-persoonille.

Monitieteisesti suuntautunut terveystieteiden ja yhteiskuntatutkimus pyrkivät ratkaisemaan sosiaalisia ongelmia biologian ja kulttuurin sekä edellisten yhteisvaikutusten pohtimisen kautta. Kyseinen keskustelu välttää Suomessa hassusti yksilönkehitykseen nivoutuvia jäsenyyksiä. Tutkijoiden valmius haarukoida terveyden perustaa rajoittuu yhtäältä prenataaliin ja bioinformatiivisiin mittoihin ja toisaalta aikuisiän terveisiin elintapoihin ja tahdon lujuteen. Tähän väliin jää usein mittauskelvottomana pidetty yksilönkehityksen potentiaalin alue, johon julkisuus kuvansa dynamiikasta kiinnostuneet tutkijat eivät näytä tohtivan lusikkaansa pistää, vaikka aihetta voidaan tutkia ja tutkitaankin. 2010-luvun terveyskuvastossa ja tieteellisissä lähdekäytännöissä perusluottamukseen, tunteensääteilyyn ja sosiaalisten odotusten kehittymiseen liittyviin prosesseihin kohdistuu tabu. Tämä muistuttaa julkista puhetta: tapa,

jolla äidin ja pienen lapsen keskinäiseen vuorovaikutukseen suhtaututaan, on muuttunut aikuis-ten oikeuksien kyllästävässä keskustelussa toissijaiseksi mielipideaiheeksi, joka esitetään uutisjournalismissa vain yhtenä kristillisten puoluepoliittisista perintöasioista.

Uskontokritiikkiä olkiukkona käyttävän tiedejournalismin suhde evoluutio- ja kehitysbiologiaan on ristiriitainen. *Science*-lehden huteraa väitettä suomalaisten alhaisesta evoluutiotietämyksestä seurasi kotimaisessa mediassa moraalinen närkästys ja häpeä. Ihmeteltiin, kuinka on mahdollista, ettei tieteen ja teknologian mallimaassa osata arvostaa ihmisyyden biologisten reunaehtojen ja mahdollisuuksien tuntemusta. Toisaalta, kun samoissa medioissa puhutaan terveydestä, puhutaan maksimisykkeestä ja ylipainosta. Tieteellä tuettu terveysjournalismi ohittaa jostain syystä sen, mitä uusin evoluutio- ja kehitysbiologia sanovat geenien kausaalisen ensisijaisuuden ylittävistä periytymisestä ja yksilön varhaisten kokemusten merkityksestä aikuisiän selviämiseen ajasta ja kulttuurista riippumatta. Jo tanskalais-amerikkalainen antropologi ja lääkäri Erik H. Erikson havaitsi klassisissa tutkimuksissaan, että yksilön terveeseen kehitykseen vaikutti ekologisesti hyvin erilaisissa yhteisöissä se, kuinka paljon äitiyttä arvostettiin kyseisessä kulttuurissa. Suomalaisessa kulttuurissa arvostetaan terveyttä ja tasa-arvoa. Arvostetaanko suomalaisessa kulttuurissa äitiyttä?

Olettakaamme, että puhe alle kolmivuotiaiden lasten äitien uratragediasta ja tuskin kävelemään oppineiden subjektiivisesta oikeudesta varhaiskasvatukseen suhtautuu positiivisesti tieteeseen. Miten siis on mahdollista, että samainen puhe unohtaa lähdekäytännöissään, että lapsen kasvu yhteiskunnan jäseneksi vaatii aineellisten ja fysiologisten perustarpeiden täyttämisen ohella kehitysbiologisesti kohdallisen emotionaalisen ympäristön? Tämä evolutiivinen ihmisympäristö ei vain mahdollista, vaan on epigeneettisten prosessien kautta välttämätön yksilön terveille kehitykselle. Ympäristöä voidaan arkikielisesti luonnehtia sanalla vanhempien rakkaus.

Yksilönkehityksen merkityksen sivuuttamiseen liittyen 2010-luvun terveysjournalismia leimaa toinen aikalaisongelmamme: suhde auktoriteettiin mielletään kielteisenä ja vapautta rajoittavana. Ikään kuin mediapuhe olisi pahan pettymyksen jälkeen unohtanut, että auktoriteetti voi olla myös valistunutta ja edistää kasvua itsenäisyyteen. Tuki ja ohjaus ovat ohittamattomia yksilön-

kehityksen reunaehtoja. Niiden epämuodikkuus asettaa terveydestään ja hyvinvoinnistaan kiinnostuneen keskiluokan hankalaan tilanteeseen. Koska mummo, valtio ja kirkko eivät enää saa asettaa vapaudellemme raja-aitoja, on liberaalin yksilön kaivettava nämä rajat vaikka kiven silmäs-
tä. Tästä on terveysjournalismin perusteella välillä järki kaukana.

Keskiluokan mediajulkisuudessa yksilön tavoitteet kulkevat ensisijaisesti ruumiin muodon ja kyvyn, eivät mielen potentiaalin kautta. 2010-luvun henkilökuville on ominaista, että psyykkiset ominaisuudet esitetään yksilön muutospotentiaal-
in ulkopuolella olevina asioina. Puhe henkisestä kehityksestä on pelkistynyt ravitsemustietoisuudeksi ja muistisairaiden kognitiivisen suori-
tuskyvyn vaalimiseksi. Tällainen esikuvallisuus on kiinnostavasti vastakkaista 1980-luvun menestyjien henkilökuville, joiden ihannepuheen keskiössä olivat taide ja koulutuksen kautta ymmärrykseksi jalostunut tieto.

Tämän päivän mediamaastossa yhteiskunnan silmäätekevät ja toimittajat päivittelevät itsekkyyttään, välinpitämättömyyttään ja lastensa oireilua synnynnäisinä ominaisuuksina ja dna-johdannaisina diagnooseina, joille ei voi oikein tehdä mitään.

Tarvitsemme toisia ihmisiä kasvaaksemme terveiksi ja pysyäksemme terveisinä aikuisina. Suomalaisista terveyspuhetta hiertää kollektiivinen selityshermoilu, jossa evolutiivisesti toiselle ihmiselle kuuluva rooli ulkoistetaan pelkälle tiedolle ja teknologialle. Onko Suomelle hyväksi, että yhteiskunta täyttyy tiedettä resurssina käyttävästä asiantuntijapuheesta, joka sitoutuu rakkauden sijasta kynnisyteen eikä ymmärrä tieteen luonnetta, johon kuuluvat epävarmuuden sieto, itseään korjaavuus, valppaus asioiden suhteita kohtaan ja nöyryys tunteettoman edessä? On mahdollista, että kansalaisten luottamus tieteeseen ja toisiin ihmisiin alkaa horjua. Päädymme etsimään apua enkelihoidoista, salaliitoista ja kalorilaskurista tilanteissa, joissa empaattiset ja viisaat kanssaihmiset voisivat auttaa. Mitä tapahtuisi, jos terveysjournalismi kertoisi, että yksilönkehityksen ja aikuisiän itsenäisyyden välillä on yhteys? Mitä vankemman emotionaalisen perusturvakokemuksen yksilö saa, sitä pienempi tarve tällä on aikuisuudessa ripustautua passivoivaan ja normaalia elämää lääketieteellistävään essentialismiin.

Vaikka geenien atomistiseen kausaalisuuteen vedottiin oppikirjoissa viimeksi 1980-luvulla, me-

dia hellii edelleen geneettistä determinismia rakentavaa puhetapaa, jossa viittaus kiveen hakattuun biologiseen perimään riittää selittämään elämän kirjoa ja tahatonta töpeksintää. Puutteelliset ja vanhentuneet käsitykset perinnöllisyydestä ovat yleisiä myös viranomaisten ja tutkijoiden parissa. Tämä on ymmärrettävää: empiiristä tutkimusta geeneiksi kutsutun perimäaineksen ja varhaisten kokemusten vuoropuhelusta yksilön kehityksessä on vasta alkanut kertyä. Tietoa varhaisten kokemusten periytymisestä nisäkkäillä ja muilla selkärangkaisilla on kuitenkin ollut olemassa jo pitkään. Tiedeyhteisö etsii parhaillaan ymmärrystä ja konsepteja, jonka kautta olemassa oleva, sellaisenaan merkityksetön genomitieto voidaan nivoa yksilönkehityksen plastisuuden ja aikuisiän terveyden kontekstiin.

On aika pohtia somaattiseen kehoon, vanhentuneisiin geenikäsitelmiin ja suorituskykyyn paneutuvan terveyskulttuurin suhdetta vallitseviin kansanterveysongelmiin. Median perusteella suomalaisten terveyden kipukohdiksi voisi veikata ebolaa, väärin syömistä ja homealtistusta. Näin ei kuitenkaan perimmiltään ole – ja sydäntauditkin ovat väistymässä. Tänä päivänä merkittävä osa suoma-

laisista kärsii allergioiden ja diabeteksen ohella hoitoa vaativista mielenterveysongelmista, oppimisvaikeuksista ja psyyken kehityshäiriöistä. Pysäyttävää on se, että entistä useammin nämä ongelmat koskettavat lapsia ja nuoria. Suureen osaan niiden etiologiasta liittyy biologisen syntymän jälkeinen sosio-emotionaalinen muuttuja: ”kaikki ei ole mennyt niin kuin Strömsössä” tunnesäätelyn, immuniteetin ja psyykkisen minän kehityksen kannalta olennaisissa prosesseissa yksilönkehityksen varhaisina vuosina.

Suomalaisten pitkän tähtäimen hyvinvointia saattaisi edistää kattava, kehitysbiologisella ja -psykologisella tiedolla täydennetty harkinta. Keskustelun keskiöön genomitiedon ja terveysteknologian rinnalle tulee saattaa kaikkia ihmisryhmiä yhdistävä, tasapainoiseen tutkimustietoon perustuva terveysetiikka: toisen ihmisen kausaalinen ensisijaisuus terveeksi kasvamisen ja terveenä pysymisen prosesseissa ja niitä tukevissa yhteiskunnallisissa käytännöissä. Yksilönvapauden ydin sijaitsee juuri niissä biologisen syntymän jälkeisissä tapahtumissa, joihin on mahdollista vaikuttaa ymmärrykseksi jalostuneen tiedon avulla.